

# MUSIK SEBAGAI MEDIA TERAPI

Eko Raharjo

## Abstrak

Banyak ahli pendidikan dan psikologi yang mengkaji tentang peran dan fungsi musik dalam hubungannya dengan kehidupan manusia. Salah satu fungsi musik adalah sebagai media terapi. Penelitian ini mengkaji tentang peran musik sebagai terapi yang dilakukan oleh YPAC Semarang. Tujuan penelitian ini untuk mendeskripsikan segala aktivitas terapi yang dilakukan yayasan tersebut dalam memanfaatkan musik sebagai media.

Dalam penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif. Teknik pengambilan data dengan wawancara, observasi, dan dokumentasi. Analisis digunakan dengan mengembangkan deskripsi kasus dengan menggunakan teknik reduksi data, kategorisasi dan penafsiran data.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pelaksanaan pelayanan musik terapi bagi penderita tunagrahita di Yayasan Pembinaan Anak Cacat Semarang dilakukan dengan dua cara yakni melalui terapi pelayanan khusus. Tujuan terapi musik bagi penderita tunagrahita di YPAC Semarang adalah untuk meningkatkan daya konsentrasi anak, mengembalikan individu yang tertutup ke realitas, melatih persepsi, menimbulkan harga diri, membentuk hubungan interpersonal, meningkatkan pengenalan dan pengetahuan musik, dan menghilangkan kelelahan serta menciptakan suasana santai. Aktivitas musik yang dilakukan dalam proses terapi musik di YPAC Semarang mencakup kegiatan mendengarkan musik, merespon musik dengan gerak berirama, bernyanyi, membaca notasi musik, dan bermain alat musik.

Saran dalam penelitian ini adalah : (1) Diharapkan mengembangkan lebih lanjut proses terapi musik, khususnya dalam pengembangan pemanfaatan media, (2) bagi YPAC Semarang dan lembaga-lembaga terkait, disarankan agar menyelenggarakan program pengembangan peningkatan sarana dan prasarana terapi musik yang sesuai dengan kebutuhan penderita tunagrahita.

**Kata kunci :** terapi, tunagrahita, media terapi, aktivitas

## A. Pendahuluan

Musik sebagai salah satu cabang kesenian merupakan kebutuhan yang universal. Keberadaannya tak terpisahkan dalam berbagai *setting* kehidupan manusia dengan berbagai fungsinya seperti : (1) memberikan kenikmatan estetis; (2) memberikan relaksasi atau hiburan; (3) sebagai media ekspresi diri (*self ekspresion*); (4) representasi simbolis (5) respon fisik; (6) media terapeutik (penyembuhan); (7) sebagai sarana pemersatu masyarakat yang

sedang mengalami krisis; (6) menguatkan konformitas terhadap norma-norma sosial; (7) memvalidasi institusi-institusi sosial dan ritual-ritual keagamaan; (8) memelihara kontinuitas dan stabilitas budaya; dan (9) sebagai media pendidikan serta pembelajaran (Budhisantoso, 1994; Merriam, 1968; dan Merrit, 2003).

Dalam realitasnya berbagai fungsi musik tersebut kurang mendapat perhatian yang layak dari para peminatnya. Sebagian besar

orang menikmati musik hanya karena untuk hiburan belaka, tanpa memperhatikan fenomena-fenomena yang ditimbulkan oleh musik. Musik memang telah membudaya, dan telah membentuk akar-akar yang kuat pada pribadi-pribadi penikmat dan pelestarnya. Namun di sisi lain musik kurang dimanfaatkan secara optimal guna kepentingan-kepentingan yang berdimensi kemanusiaan.

Keberadaan musik sebagai media terapi pada masyarakat kita saat ini merupakan salah satu fenomena yang menarik untuk dikaji. Meskipun hal ini belum banyak mendapat perhatian dari kalangan akademisi, namun secara praktis ternyata telah dikembangkan oleh lembaga lembaga pendidikan serta klinik kesehatan tertentu. Dari penelitian Sumaryono (2002) diungkapkan bahwa dalam proses penyembuhan para penderita fisik maupun mental di salah satu klinik kesehatan alternatif di kota Semarang dilakukan dengan memanfaatkan musik sebagai iringan dalam proses penyembuhannya.

Untuk lebih memperkaya informasi tentang pemanfaatan musik sebagai media terapi dalam berbagai konteks, penelitian ini mengkaji tentang pemanfaatan musik sebagai media terapi di Yayasan Pembinaan Anak Cacat Semarang.

Musik adalah suatu cabang seni berbentuk suara yang di dalamnya terkandung unsur ritme, melodi, harmoni, serta timbre (Reed dan Sidnell, 1978: 9-10). Ritme dalam musik merupakan hitungan metrik sederhana maupun ganda yang menjadi pola dasar gerakan melodi, sedangkan melodi adalah rangkaian nada yang membentuk motif dan kalimat musik. Harmoni sebagai

bagian unsur musik merupakan keselarasan bunyi, dan timbre merupakan warna atau karakter bunyi. Melengkapi pengertian tersebut Sunarko (1988) menyatakan bahwa musik merupakan pernyataan isi hati manusia yang diungkapkan dalam bentuk bunyi yang teratur dengan melodi, ritme dan harmoni (keselarasan) yang indah.

Menurut bentuknya, musik dapat dibedakan menjadi tiga macam yakni yaitu musik vokal, instrumental, dan musik campuran. Musik vokal adalah karya musik yang dinyanyikan dengan suara manusia. Sedangkan musik instrumental adalah karya musik yang dimainkan dengan alat musik (instrumen). Adapun perpaduan antara kedua bentuk musik tersebut biasa disebut dengan musik campuran.

Berkaitan dengan musik ada beberapa aktifitas (aktifitas musikal) yang dalam konteks pendidikan maupun terapi musikal menjadi bagian penting dalam upaya mencapai tujuan yang diharapkan. Aktifitas-aktifitas tersebut meliputi kegiatan mendengarkan musik, merespon musik dengan gerak berirama, bernyanyi, membaca notasi musik, dan bermain alat musik, (Jamalus, 1984: 5; Safrina, 1999: 125-166; Djohan, 2003: 194-195).

Kegiatan mendengarkan musik dapat di bedakan menjadi empat macam yakni : (1) mendengarkan secara pasif; (2) mendengarkan secara menikmati; (3) mendengarkan secara emosional; dan (4) mendengarkan secara perseptif. Sedangkan kegiatan merespon musik dengan gerak berirama adalah kegiatan yang dilakukan dengan cara menggerakkan bagian anggota tubuh (tangan, kaki, badan, dan kepala) sesuai dengan

irama musik yang ada (menari, berjoget, berdansa, dan lain-lain). Bernyanyi sebagai salah satu aktifitas musikal merupakan kegiatan olah vokal yang dilakukan dengan memperhatikan beberapa aspek seperti : (1) intonasi; (2) artikulasi; (3) pernafasan; (4) phrasering; dan (5) pembawaan/ekspresi. Sedangkan membaca notasi musik adalah aktifitas musikal yang ditunjukkan dengan kegiatan membaca simbol-simbol musik atau notasi musik yang ada. Aktifitas ini bisa dilakukan melalui kegiatan bernyanyi atau bermain instrumen musik. Bermain alat musik sebagai aktivitas musikal adalah kegiatan musik yang dilakukan dengan cara memainkan alat musik yang ada. Alat musik tersebut bisa berupa alat musik ritmis, melodis, maupun harmonis (Rahardjo, 1987; Banoe, 1984; dan Miller, 1990).

Dilihat dari sejarah, hubungan musik dengan bidang ilmu lainnya sudah dibahas oleh para filsuf Cina dan Yunani ratusan tahun yang lampau. Hubungan tersebut antara lain menjelaskan keterkaitan antara musik dengan ilmu angka-angka/matematika (Stuckenschmidt, 1973 : 193). Sedangkan dalam konteks kelahiran musik Barat (*diatonic music*), nama Phytagoras ( $\pm$  580-50 SM) tidak boleh dilupakan. Phytagoras adalah tokoh utama yang mengembangkan penerapan teori matematika ke dalam musik. Berkaitan dengan hal tersebutakhirnya Phytagoras mendapat sebutan julukan sebagai "peletak dasar" musik dianotis.

Berkaitan dengan hal tersebut pada tahun 1619, Johannes Kepler (1517-1630) membahas relasi nada-nada musik dan intervalnya dengan gerakan dari planet-planet serta fungsinya bagi astrologi (Paul Cooper,

1972 : 4) ,dan seorang filsuf dan juga seorang ahli matematika dari Perancis, Rene Descartes (1596-1650) pada tahun 1618 menulis risalah tentang musik *Compendium Musical*, yang membahas tentang prinsip-prinsip teori musik dalam relasinya dengan matematik.

Dalam kaitannya dengan sejarah ilmu pengetahuan Barat, Musik pernah dicakup ke dalam golongan ilmu pasti. Hal ini seperti yang ditulis oleh C. Verhaak dan R. Haryini Imam (1991 : 84).

" Sebagai warisan jaman kuno (antara lain phytagoras, abad ke - VI SM) dan permulaan Abad Pertengahan Barat (antara lain Kasiodorus adab ke16) ilmu ukur (*geometria*), ilmu hitung (*aritmetica*), ilmu falak (*astronomica*) dan *music* (*musica*) digolongkan menjadi satu kelompok kecakapan (*artes*). .....Tinggi rendahnya nada musik ternyata tergantung pada benda yang dapat diukur, yakni nyata tergantung pada benda yang dapat diukur, yakni panjang pendeknya tali senar pada alat musik, atau pipa organ, apalagi irama musik dapat dihitung menurut panjang pendeknya waktu bersangkutan. Di samping itu terdapat juga usaha untuk mengembangkan musik secara apriori sebagaimana ilmu falak yang pada dasarnya aposteori dikuasai melalui hukum-hukum matematika."

Sebagai satu kesatuan dengan eksistensi manusia, ternyata musik selain sebagai media pengungkapan ekspresi penciptanya juga berguna bagi kepentingan-kepentingan lainnya. Di akhir abad ke - 20 sekarang ini terutama di Barat telah dikembangkan musik guna keperluan yang lebih dari sekedar hiburan

belaka. Musik telah telah dikembangkan sebagai salah satu teknologi bagi pembangunan manusia, atau diprogram untuk ikut aktif dalam upaya meningkatkan SDM.

Musik bukanlah bidang yang berdiri sendiri, ia ada dalam waktu gerak langkah sejarah. Berbagai kaitan dan pengaruh telah membentuk “roh” nya, sekalipun diterima secara turun temurun namun tiap-tiap zaman mempunyai musiknya sendiri-sendiri. William A. Havilland, dalam bukunya *Antropology* (1985 : 578) menyatakan bahwa “ ... *It is rare that a culture has been reported to be without any kin of music*”. Sedangkan Sussane K.Langer (1964 :75) menyatakan bahwa setiap kebudayaan selalu mengembangkan suatu jenis seni (termasuk musik), sedangkan kekhasan dari tiap-tiap jaman merupakan bukti kedinamisan sejarah manusia.

Sejak awal sejarah manusia musik telah memainkan peran yang signifikan dalam hal penyembuhan manusia. Pada Zaman Yunani kuno Dewa Apollo selain sebagai dewa musik juga sebagai dewa pengobatan. Pada masanya musik diyakini sebagai seni yang dikaruniai kekuatan untuk menembus kekuatan jiwa. Bahkan dalam aliran gaib Arab dan Yunani penyembuhan dengan suara dianggap sebagai pengetahuan sakral tingkat tinggi. Kekuatan musik sebagai media penyembuhan pada jaman dahulu diketahui dari kitab suci dan tulisan-tulisan peninggalan sejarah Arab, Cina, Yunani, dan Roma (Djohan, 2003: 83-84).

Terapi musik di Amerika sudah dimulai sejak akhir abad 18. Profesi terapi musik tersebut berkembang selama Perang Dunia I yakni ketika musik digunakan pada

rumah sakit veteran sebagai media penyembuhan terhadap penderita trauma akibat perang. Para veteran perang baik secara aktif maupun pasif menggunakan aktivitas musik untuk tujuan mengurangi persepsi rasa sakit. Musik bagi para veteran perang mampu memberikan pengaruh baik secara psikologis, fisiologis, dan kognitif. Karena itu Sejak saat itu pula lembaga tinggi dan akademi mulai mengembangkan program pelatihan kepada para musisi untuk mendayagunakan musik sebagai media terapi (Djohan, 2003: 84-85).

Perkembangan pemanfaatan musik sebagai media terapi selanjutnya berlangsung pada tahun 1950, yakni pada saat didirikannya sebuah organisasi profesional melalui kolaborasi para terapis musik yang bekerja secara khusus menangani para pasien yang terdiri dari penderita gangguan mental, gangguan pendengaran/penglihatan, dan sebagian populasi pasien psikiatri (Djohan, 2003: 185).

Berkaitan dengan terapi musik ada beberapa penelitian yang memberikan informasi tentang keterkaitan musik dengan aspek fisiologis maupun psikologis yang tentu saja sangat berpengaruh terhadap kondisi kesehatan seseorang. Misalnya Lee Salk dalam Merritt (2003: 113) melalui penelitiannya pada dua kelompok bayi menyimpulkan bahwa tempo sebuah musik ternyata mempengaruhi detak jantung seseorang. Temuan tersebut ditunjukkan dengan bukti bahwa uji cobanya pada kelompok bayi yang diperdengarkan rekaman suara ketukan jantung normal (72 ketukan per menit) dalam waktu tertentu menunjukkan kenaikan berat badan yang lebih besar jika dibandingkan

dengan kelompok bayi yang tidak mendengarkan rekaman tersebut. Sedangkan ketika Salk mencoba memperdengarkan rekaman detak jantung yang cepat / di luar batas normal (128 ketukan per menit) ternyata menyebabkan para bayi tersebut menjadi sangat terganggu.

Di Universitas Negeri Ohio, Gopi A. Tejwani dan beberapa peneliti mengamati bahwa musik ternyata mampu menurunkan tekanan jiwa akibat berolah raga, mengatur pernapasan, dan meningkatkan koordinasi otot-otot tubuh. Sedangkan para ilmuwan di Pusat Kesehatan Universitas Stanford (Meritt, 2003: 16) melalui penelitiannya pada dua kelompok pekerja wanita berusia 18 - 24 tahun mengemukakan bahwa musik mampu meningkatkan produktivitas kerja. Dalam penelitiannya para wanita yang bekerja dengan iringan musik yang ritmenya teratur terbukti mampu menyelesaikan tugas jauh lebih cepat dibandingkan dengan mereka yang mendengarkan musik dengan ritme yang tidak teratur.

Keterkaitan antara musik dengan kesehatan seseorang oleh Psikolog Janet Lapp dari Universitas Negeri California dikatakan bahwa paduan musik dengan teknik membayangkan dan relaksasi bisa mengurangi kekerapan, intensitas, dan durasi sakit kepala jenis migrain yang dipicu oleh ketegangan. Sedangkan Jayne Standley salah satu ahli terapi musik dari Universitas Negeri Florida lebih lanjut mengungkapkan bahwa musik mampu mengurangi tekanan yang dirasakan pasien baik pada saat sebelum maupun setelah operasi. Melalui musik hormon kortisol dan hormon nonadrenalin pasien yang

sedang dibius bisa diturunkan. Bahkan pemutaran musik bagi pasien 48 jam setelah operasi menurutnya juga mampu menurunkan tekanan darah dan detak jantung pasien (Merritt, 2003 : 119; Montello, 2004: 233; Campbell, 2001 : 153; Khan, 2002 : 135).

Berkaitan dengan uraian di atas dapat dijelaskan bahwa terapi musik pada dasarnya merupakan pemanfaatan musik sebagai media terapi yakni untuk memperbaiki, memelihara, mengembangkan mental, fisik, kesehatan emosi, interaksi sosial, mengembangkan hubungan interpersonal, ekspresi emosi secara alamiah, dan untuk meningkatkan kesadaran diri.

Terapi musik adalah tipe terapi nonverbal yang berbeda dengan terapi konvensional lainnya. Karena terapi musik memberikan alternatif bagi terapi tradisional dan melengkapi klien dengan beberapa keunggulan seperti: (1) memberi peluang berpikir serta merasakan secara langsung; (2) memberi peluang "mengisi" perasaan untuk beberapa periode sehingga bisa dieksplorasi, diuji, dan diolah lewat kerja sama dengan terapis; (3) mengkondisikan ekspresi pikiran dan perasaan klien secara non verbal; (4) diperoleh perumpamaan dan asosiasi yang tidak dapat diakses melalui pemahaman verbal; (5) diperoleh keuntungan fisiologis secara langsung melalui kebebasan bereksplorasi dan mencoba berbagai solusi terhadap pikiran dan perasaan melalui cara-cara yang kreatif ( Djohan, 2003: 190-191).

Dalam proses terapi musik ada beberapa penerapan aktivitas musikal yang dapat dilakukan untuk menangani beberapa kasus, antara lain :



1. Kegiatan bernyanyi dapat dilakukan untuk membantu orang yang mengalami gangguan artikulasi pada kemampuan bahasa, irama, dan kontrol pernafasan. Melalui kegiatan bernyanyi bersama dapat digunakan untuk menolong seseorang dalam mengembangkan sikap perhatiannya kepada orang lain. Sedangkan dari lirik lagu dapat digunakan untuk membantu para manula untuk mengingat peristiwa-peristiwa dalam kehidupannya, serta dapat pula digunakan untuk membantu para penderita gangguan mental dalam melakukan tugasnya.
2. Kegiatan bermain musik dapat dilakukan untuk membantu pengembangan dan koordinasi kemampuan motorik. Untuk membantu penderita gangguan perilaku belajar mengontrol impuls saraf yang kacau dapat dilakukan dengan kegiatan bermain musik secara ansambel. Sedangkan untuk mengembangkan ketrampilan musik dan membangun rasa percaya diri serta disiplin diri dapat dilakukan dengan cara melibatkan seseorang dalam aktivitas pertunjukan musik
3. Untuk mengembangkan jangkauan gerakan, ketangkasan atau kekuatan, keseimbangan, koordinasi, konsistensi, pola-pola pernafasan, dan relaksasi otot dapat dilakukan dengan gerakan-gerakan ritmis. Komponen ritmis bermanfaat sebagai alat nonverbal untuk mendorong individu dalam meningkatkan motivasi, minat, perhatian, dan kegembiraan.
4. Untuk mengembangkan ketrampilan kognisi, seperti

memori dan konsentrasi dapat dilakukan dengan aktivitas mendengarkan musik. Aktivitas tersebut juga merupakan proses serta syarat untuk menghadapi persoalan yang sulit dengan menyediakan lingkungan yang kreatif untuk mengekspresikan diri (Djohan, 2003: 194-195; Khan, 2002 : 102).

## B. Metode

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kualitatif, karena permasalahan penelitian dilihat secara menyeluruh sebagai suatu keutuhan (*entity*) dari latar alamiah atau konteks penelitian. Sehubungan dengan karakteristik pendekatan penelitian ini, maka untuk mengumpulkan data dan berbagai informasi yang berkaitan dengan pemanfaatan musik sebagai media terapi di Yayasan Pembinaan Anak Cacat Semarang digunakan beberapa teknik meliputi wawancara, observasi, dan dokumentasi (Moleong, 2000:125-165).

Strategi analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan mengembangkan deskripsi kasus. Sebagaimana diungkapkan oleh Robert K. Yin (1997: 134-139) bahwa dengan strategi kasus maka hasil analisis penelitian akan dipaparkan dalam bentuk topik-topik dan sub-topik yang relevan dengan permasalahan penelitian. Dalam operasionalnya proses analisis akan dilakukan dengan langkah-langkah yang meliputi reduksi data, kategorisasi, dan penafsiran data.

## **C. Hasil dan Pembahasan**

### **1. Yayasan Pembinaan Anak Cacat Semarang**

Yayasan Pembinaan Anak Cacat (YPAC) Semarang berdiri pada tanggal 19 April 1954 atas prakarsa Ibu Milono, istri Residen Semarang pada waktu itu. Pada awal berdirinya tatanan YPAC Semarang hanya menangani anak penyandang cacat akibat Polio, namun selanjutnya atas anjuran Prof. dr. Soeharso selaku pendiri YPAC sejak 1 Mei 1969 berkenan pula menangani anak penderita Cerebral Palsy dan Retardasi Mental, baik pelayanan rehabilitasi medik maupun pelayanan rehabilitasi pendidikannya.

Pada awal berdirinya, YPAC Semarang menempati sebagian dari ruang anak-anak RSUP (RS. Dr. Kariadi). Namun pada tanggal 1 Januari 1955 karena adanya proses perbaikan ruangan maka yayasan pindah menempati salah satu ruangan di PMI Bulu. Karena semakin banyaknya jumlah penderita polio yang ditangani oleh YPAC Semarang, maka pada bulan Nopember 1955 yayasan pindah tempat lagi ke gedung di Jl. dr Cipto 310 Semarang.

Dalam rangka untuk meningkatkan pelayanan kepada para penderita polio khususnya berkaitan dengan tersedianya tempat yang memadai, maka pengurus yayasan berulang kali mencoba mengajukan permohonan kepada Menteri sosial pada waktu itu, sehingga akhirnya pada tanggal 8 September 1962 YPAC Semarang mendapat bantuan Gedung yang didirikan di atas tanah seluas 5668 m<sup>2</sup> dari Yayasan Dana Bantuan Jakarta. Lokasi gedung tersebut berada di Jalan Seroja No. 4 yang pada saat ini menjadi Jl. KHA. Dahlan

tempat Yayasan Pembinaan Anak Cacat Semarang berada. Berikut ini gambaran fisik gedung YPAC Semarang tampak dari depan.

Tujuan dan maksud didirikannya Yayasan Pembinaan Anak Cacat Semarang adalah bergerak di bidang sosial dan kemanusiaan, terutama dalam upaya kearah tercapainya kesejahteraan anak dengan kecacatan pada khususnya dan kesejahteraan masyarakat pada umumnya.

Yayasan Pembinaan Anak Cacat Semarang dalam menyelenggarakan kegiatan rehabilitasi bagi anak-anak berkebutuhan khusus memiliki beberapa unit pelayanan antara lain: (1) Rehabilitasi medis; (2) Rehabilitasi pendidikan; (3) Rehabilitasi sosial; dan (3) Rehabilitasi Prevokasional.

### **2. Musik sebagai Media Terapi di Yayasan Pembinaan Anak Cacat Semarang.**

Terapi musik di Yayasan Pembinaan Anak Cacat Semarang termasuk salah satu unit pelayanan di bawah pengawasan bagian rehabilitasi medis. Dalam melaksanakan pelayanannya unit ini menempati sebuah ruangan yang bersebelahan dengan asrama Yayasan Pembinaan Anak Cacat Semarang. Fasilitas yang melengkapi unit pelayanan terapi musik Yayasan Pembinaan Anak Cacat Semarang terdiri dari : (1) satu ruangan praktek musik yang dilengkapi dengan berbagai macam perangkat alat musik dan media belajar lainnya; dan (2) satu ruangan kantor sekaligus sebagai tempat pelayanan konsultasi (lihat lampiran).

Dalam melaksanakan pelayanan terapi musik, unit ini

dipimpin oleh seorang kepala bagian dan seorang petugas terapi musik. Namun dalam kasus-kasus khusus melibatkan juga beberapa orang guru. Berkaitan dengan pemanfaatan musik sebagai media terapi di Yayasan Pembinaan Anak Cacat Semarang, pada penelitian ini akan di deskripsikan tentang: (1) bentuk terapi musik di Yayasan Pembinaan Anak Cacat Semarang; (2) tujuan terapi musik di Yayasan Pembinaan Anak cacat Semarang; dan (3) pelaksanaan aktivitas musikal dalam proses terapi musik di Yayasan Pembinaan Anak Cacat Semarang.

### **3. Bentuk Pelayanan Terapi Musik di Yayasan Pembinaan Anak Cacat Semarang**

Pelaksana terapi musik di Yayasan Pembinaan Anak Cacat Semarang merupakan salah satu usaha bantuan yang terencana dan sistematis dalam rangka usaha penyembuhan, baik bersifat preventif maupun represif. Adapun wujud kongkretnya antara lain dimaksudkan sebagai: (1) media penyembuhan anak didik yang mengalami gangguan belajar; (2) kegiatan bimbingan musik; dan (3) untuk menumbuhkan cipta, rasa, dan karsa estetik anak didik dalam rangka mempengaruhi perkembangan dan pertumbuhan psikomotorik dan fisiomotorik secara optimal.

Bentuk pelayanan terapi musik di Yayasan Pembinaan Anak Cacat Semarang berdasarkan data yang diperoleh di bagi kedalam dua bentuk jenis pelayanan, yakni : (1) bentuk pelayanan khusus; dan (2) bentuk pelayanan pendidikan.

#### **a. Bentuk pelayanan khusus**

Bentuk pelayanan khusus pelaksanaan terapi musik di Yayasan Pembinaan Anak Cacat Semarang merupakan bentuk pelayanan umum yang operasionalnya di bawah pengelolaan bidang pelayanan rehabilitasi medis. Pelayanan terapi musik ini dilaksanakan setiap hari senin sampai jumat, mulai pukul 08.00 sampai dengan 12.00. Sedangkan waktu yang digunakan untuk pelaksanaan terapi musik setiap tatap muka dilakukan selama 60 menit (1 jam).

Pasien terapi musik yang mendapatkan pelayanan ini adalah masyarakat umum, namun berdasarkan data yang diperoleh menunjukkan bahwa diantaranya merupakan siswa sekolah di Yayasan Pembinaan Anak Cacat Semarang. Proses terapi musik yang dilaksanakan dalam pelayanan ini menggunakan pendekatan individual dengan melibatkan dua sampai empat orang petugas terapi musik.

#### **b. Bentuk pelayanan pendidikan**

Bentuk terapi musik pada pelayanan pendidikan di Yayasan Pembinaan Anak Cacat Semarang merupakan bentuk pelayanan yang khusus diberikan kepada para siswa Yayasan Pembinaan Anak Cacat Semarang mulai dari tingkat SD sampai dengan SMU. Pelayanan terapi musik ini dilaksanakan setiap hari senin sampai Sabtu, mulai pukul 12.30 sampai dengan 16.00. Sedangkan waktu yang digunakan untuk pelaksanaan terapi musik setiap tatap muka dilakukan selama 60 menit (1 jam).

Adapun pengorganisasiian waktu yang digunakan untuk pelaksanaan terapi musik, dilakukan dengan menggunakan waktu



pelajaran kesenian. Sedangkan prosesnya dilakukan dengan pendekatan klasikal, yang ditangani oleh dua orang petugas terapi musik.

#### **4. Tujuan Terapi Musik di Yayasan Pembinaan Anak cacat Semarang**

Berdasarkan data yang diperoleh dapat dijelaskan bahwa tujuan terapi musik di Yayasan Pembinaan Anak cacat Semarang antara lain untuk :

a. Meningkatkan daya konsentrasi anak

Konsentrasi sangat dibutuhkan oleh setiap manusia dalam mengerjakan segala sesuatu agar mencapai hasil yang diharapkan. Namun demikian bagi penderita tunagrahita, apalagi jenis *cerebral palsy* (CP) sering mengalami gangguan konsentrasi dalam menerima berbagai pelajaran. Oleh karena itu musik dengan berbagai aktifitasnya diharapkan dapat meningkatkan daya konsentrasi anak.

b. Mengembalikan individu yang tertutup ke realitas

Musik sebagai media terapi dalam konteks ini ditujukan untuk merangsang kemauan anak agar timbul kemauannya untuk melakukan kegiatan. Sehingga berbagai aktifitas musik seperti mendengarkan musik, bernyanyi, bermain musik, atau bergerak mengikuti musik merupakan proses yang secara tidak sadar dapat merangsang anak tunagrahita agar dirinya menjadi terbuka terhadap realitas.

c. Melatih persepsi anak

Musik sebagai media untuk melatih persepsi anak dilakukan untuk melatih dan

mengembangkan fungsi auditif dan visual anak tuna grahita. Dalam prosesnya, terapi ini dilakukan dengan aktifitas musikal mendengarkan musik dan bermain alat musik. Melalui kegiatan mendengarkan musik anak akan terangsang memperhatikan dan menikmati musik dengan penuh konsentrasi. Sedangkan pada saat mulai tertarik untuk ikut bermain musik, maka anak akan mulai terangsang pula fungsi visualnya. Ia akan melihat dan memperhatikan cara memainkan alat musik yang didengarkannya.

d. Menimbulkan harga diri pada anak

Musik sebagai media untuk menimbulkan harga diri pada anak karena berbagai aktifitas musikal yang dilakukan pada proses terapi memberikan kesempatan pada anak tunagrahita untuk mengembangkan potensinya. Sehingga melalui kegiatan-kegiatan musik tersebut diharapkan mampu menimbulkan kepercayaan diri pada anak.

e. Mengurangi kekakuan otot-otot

Penderita tunagrahita khususnya jenis *cerebral palsy*, kebanyakan mengalami kekakuan, dan kelemahan pada anggota tubuh terutama pada otot-ototnya. Melalui beberapa aktifitas musik seperti bertepuk tangan, memainkan alat musik dengan dirangsang irama musik anak akan dilatih sedikit demi sedikit untuk menggerakkan anggota tubuhnya yang lemah/kaku.

f. Membentuk kembali hubungan interpersonal

Musik sebagai media untuk membentuk hubungan interpersonal para penderita tunagrahita dalam prosesnya dilakukan dengan aktifitas-aktifitas bermain musik secara berkelompok (ansambel). Melalui kegiatan ini hubungan interpersonal anak akan dikembangkan melalui proses bermain musik dimana masing-masing anak dituntut untuk menjaga kekompakan dan keserasian yang dikendalikan oleh melodi, harmoni, dan irama musik yang dimainkan.

- g. Meningkatkan pengenalan dan pengetahuan tentang musik  
Musik sebagai media meningkatkan pengenalan dan pengetahuan tentang musik karena dalam proses aktifitas musiknya (khususnya bermain alat musik) dapat dilakukan melalui cara dan alat musik yang paling sederhana hingga yang modern. Sehingga dengan peluang tersebut proses terapi musik diharapkan mampu memotivasi dan membangkitkan rasa optimis pada anak tunagrahita.
- h. Menghilangkan kelelahan dan menciptakan suasana santai  
Musik sebagai media untuk menghilangkan kelelahan dan menciptakan suasana santai karena terapi musik merupakan kegiatan selingan dalam belajar sehingga mampu menumbuhkan semangat dan ketenangan jiwa yang positif pada diri anak. Pengaruhnya diharapkan agar berbagai tugas di sekolah, dan di rumah dapat diselesaikan dengan senang hati dan gembira oleh para penderita tunagrahita.

## 5. Pelaksanaan Aktivitas Musikal dalam Proses Terapi Musik di YPAC Semarang

Aktifitas musikal merupakan bagian penting dalam upaya mencapai tujuan yang diharapkan dalam pelaksanaan terapi musik. Seperti telah diuraikan pada bagian sebelumnya bahwa aktifitas musik mencakup kegiatan mendengarkan musik, merespon musik dengan gerak berirama, bernyanyi, membaca notasi musik, dan bermain alat musik.

Kegiatan mendengarkan musik dapat di bedakan menjadi empat macam, yakni : (1) mendengarkan secara pasif; (2) mendengarkan secara menikmati; (3) mendengarkan secara emosional; dan (4) mendengarkan secara perseptif. Sedangkan kegiatan merespon musik dengan gerak berirama adalah kegiatan yang dilakukan dengan cara menggerakkan bagian anggota tubuh (tangan, kaki, badan, dan kepala) sesuai dengan irama musik yang ada (menari, berjoget, berdansa, dan lain-lain). Bernyanyi sebagai salah satu aktivitas musikal merupakan kegiatan olah vokal yang dilakukan dengan memperhatikan beberapa aspek seperti : (1) intonasi; (2) artikulasi; (3) pernafasan; (4) phrasing; dan (5) pembawaan/ekspresi. Sedangkan membaca notasi musik adalah aktivitas musikal yang ditunjukan dengan kegiatan membaca simbol-simbol musik atau notasi musik yang ada. Aktivitas ini bisa dilakukan melalui kegiatan bernyanyi atau bermain instrumen musik. Bermain alat musik sebagai salah satu aktifitas musikal adalah kegiatan musik yang dilakukan

dengan cara memainkan alat musik yang ada. Alat musik tersebut bisa berupa alat musik ritmis, melodis, maupun harmonis.

Berdasarkan data yang diperoleh dalam penelitian ini menunjukkan bahwa semua jenis aktifitas musikal yang ada diterapkan dalam proses pelaksanaan terapi musik. Adapun gambaran dalam pelaksanaannya dapat dijelaskan sebagai berikut :

**a. Aktifitas mendengarkan musik**

Aktivitas mendengarkan musik dalam proses terapi musik dilakukan baik secara aktif maupun pasif. Mendengarkan secara aktif dilakukan oleh siswa atau pasien tunagrahita khususnya pada saat mempelajari lagu-lagu baru maupun pada saat memperhatikan contoh lagu atau permainan alat musik yang dilakukan oleh instruktur terapi musik. Sedangkan mendengarkan musik secara pasif dalam proses pelaksanaan terapi musik, dilakukan oleh siswa atau pasien tunagrahita pada saat kegiatan-kegiatan selingan yang biasanya dilakukan dalam bentuk bermain sambil mendengarkan musik.

**b. Aktifitas merespon musik dengan gerak berirama**

Aktivitas musikal dalam bentuk bergerak mengikuti irama dilakukan dalam proses terapi musik dengan cara merespon musik yang diputar melalui kaset rekaman atau musik yang dimainkan secara langsung oleh instruktur terapi musik maupun para siswa. Sebagai upaya pengembangan intelegensi, fisik motorik, dan sosial emosional

kegiatan ini lebih ditekankan kepada aspek ketrampilan motorik, ketrampilan dan pemahaman irama musik, serta pengembangan rasa percaya diri pada anak.

**c. Aktifitas bernyanyi**

Bernyanyi sebagai salah satu aktivitas musikal merupakan kegiatan olah vokal yang dilakukan dengan memperhatikan beberapa aspek seperti : (1) intonasi; (2) artikulasi; (3) pernafasan; (4) phrasering; dan (5) pembawaan/ekspresi. Kegiatan bernyanyi dalam pelaksanaan terapi musik di Yayasan Pembinaan Anak Cacat Semarang dilakukan pada penderita tuna grahita baik pada terapi pelayanan khusus, maupun pada terapi pelayanan pendidikan.

Pada pelaksanaan pelayanan khusus, proses terapi musik dilakukan dengan memperhatikan kasus khusus yang dialami anak. Sedangkan pada pelaksanaan pelayanan pendidikan, proses terapi musik dilakukan dan dikembangkan dengan mempertimbangkan gejala umum para siswa serta materi musik yang ada dalam kurikulum SLB-C pada setiap jenjang pendidikan.

**d. Aktifitas membaca notasi musik**

Aktivitas membaca notasi musik adalah aktivitas musikal yang ditunjukan dengan kegiatan membaca simbol-simbol musik atau notasi musik yang ada. Aktivitas ini bisa dilakukan melalui kegiatan bernyanyi atau bermain instrumen musik. Aktivitas membaca notasi musik dalam pelaksanaan terapi musik di Yayasan Pembinaan Anak Cacat Semarang dilakukan pada siswa SMP dan SMU SLB-C. Namun demikian notasi musik yang terapkan dalam proses terapi hanya menekankan pada

penggunaan notasi angka baik dalam kegiatan bernyanyi dan bermain alat musik melodis

#### **e. Aktifitas bermain alat musik**

Bermain alat musik sebagai salah satu aktifitas musikal adalah kegiatan musik yang dilakukan dengan cara memainkan alat musik tertentu. Alat musik tersebut bisa berupa alat musik ritmis, melodis, maupun harmonis.

Aktifitas bermain alat musik dalam pelaksanaan terapi musik di Yayasan Pembinaan Anak Cacat Semarang dilakukan pada proses terapi dalam bentuk pelayanan khusus maupun pelayanan pendidikan. Sedangkan alat yang digunakan mulai dari alat ritmis, melodis, dan harmonis. Alat musik ritmis seperti alat-alat sederhana buatan instruktur terapi musik, serta alat-alat standart seperti snar drum, tenor drum, bas drum, dan slymbal. Sedangkan alat melodis yang digunakan dalam pelaksanaan terapi musik antara lain seperti pianika, belyra, angklung melodi, keyboard, piano dan gitar. Sedangkan alat musik harmonis yang sering digunakan oleh instruktur meliputi keyboard, gitar, dan piano.

### **D. Simpulan dan Saran**

Berdasarkan uraian di atas maka dapat disimpulkan bahwa pelaksanaan pelayanan musik terapi bagi penderita tunagrahita di Yayasan Pembinaan Anak Cacat Semarang dilakukan dengan dua cara yakni melalui terapi pelayanan khusus yang dilakukan dengan pendekatan individual dan melalui pelayanan pendidikan yang dilakukan dengan pendekatan klasikal. Pelayanan ini ditujukan kepada masyarakat umum

yang memerlukan bantuan dalam penanganan penderita tunagrahita.

Sedangkan tujuan terapi musik bagi penderita tunagrahita di Yayasan Pembinaan Anak Cacat Semarang adalah untuk meningkatkan daya konsentrasi anak, mengembalikan individu yang tertutuo ke realitas, melatih persepsi, menimbulkan harga diri, membentuk hubungan interpersonal, meningkatkan pengenalan dan pengetahuan musik, dan menghilangkan kelelahan serta menciptakan suasana santai (pengembangan intelegensi, fisik motorik, dan sosial emosi).

Aktifitas musik yang dilakukan dalam proses terapi musik di Yayasan Pembinaan Anak Cacat Semarang mencakup kegiatan mendengarkan musik, merespon musik dengan gerak berirama, bernyanyi, membaca notasi musik, dan bermain alat musik.

Berkaitan dengan hal tersebut maka disarankan sebagai berikut : (1) bagi instruktur terapi musik di Yayasan Pembinaan Anak Cacat Semarang, diharapkan mengembangkan lebih lanjut proses terapi musik, khususnya dalam pengembangan pemanfaatan media musik yang berupa pemanfaatan media audio visual, dan pengembangan pemanfaatan instrumen musik melodi, dan harmoni; (2) bagi Yayasan Pembinaan Anak Cacat Semarang dan lembaga-lembaga yang terkait dengan pembinaan pendidikan luar biasa, disarankan agar menyelenggarakan program pengembangan peningkatan sarana dan prasarana terapi musik yang sesuai dengan kebutuhan penderita tunagrahita.

## Daftar Pustaka

- Budhisantoso, 1995. "Seni Populer Indonesia dan Segi Sosial ekonominya". *Makalah* dalam Seminar Seni Populer tgl. 26 dan 27 Januari di Pusat Penelitian Kemasyarakatan dan Budaya Universitas Indonesia, Jakarta.
- Campbell, D. 2001. *Efek Mozart*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Djohan, 2003. *Psikologi Musik*. Yogyakarta: Buku Baik.
- Haviland, William A. 1985. *Antropology*. New York: CBS College Publishing.
- Khan, H.I. 2002. *Dimensi Mistik Musik dan Bunyi*. Yogyakarta: Pustaka Sufi.
- Langer, Susanne K. 1964. *Philosophical Sketches*. New York: The American Library of Word Literature.
- Mack, D. 1995. *Apresiasi Musik Populer*. Yogyakarta: Yayasan Pustaka Nusantara.
- Merriam, A.P. 1968. *The Anthropology of Music*. United States of America: North Western University Press.
- Merritt, S. 2003. *Simponi Otak*. Bandung: Mizan Media Utama.
- Miller, H.M. 1990. *Pengantar Apresiasi Musik* (terjahan Triyono Bramanto, P.S). Institut Seni Indonesia Yogyakarta.
- Miles, M.B. dan Huberman, A.M. 1992. *Analisis Data Kualitatif* (diterjemahkan oleh Tjetjep Rohendi Rohidi). Jakarta: UI Press.
- Montello, L. 2004. *Essential Musical Intellegence* (diterjemahkan oleh Alexander Sindoro). Batam Centre: Lucky Publishers.
- Moleong, L.J. 2000. *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Reed, H.O. and Sidnell, R.G. 1978. *The Materials of Music Composition*. Philippines: Addison Wesley Publising Company, Inc. *Twentieth Century Music*. New Yor: Mc Gra-Hill Book Company.
- Verhaak, C. dan Haryono Imam, R. 1991. *Filsafat Ilmu Pengetahuan : Telaah Atas Cara Kerja Ilmu-Ilmu*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka utama